



TÉCNICO DE DESPORTO

O QUE FAZ?

O técnico de Desporto é o profissional que participa no planeamento, na organização e no desenvolvimento do treino de modalidades desportivas, individuais e coletivas, bem como organizar e dinamizar atividades físicas e desportivas em contexto de ocupação de tempos livres animação e lazer.



AGRUPAMENTO DE
ESCOLAS AUGUSTO
CABRITA

SEDE: ESCOLA
SECUNDÁRIA AUGUSTO
CABRITA

Rua Maria Lamas
Alto do Seixalinho
2830-088 BARREIRO
Tel.: Geral- 21 205 92 20

direcao@aeaugustocabrita.edu.pt



CURSO PROFISSIONAL TÉCNICO DE DESPORTO



ESCOLA SECUNDÁRIA AUGUSTO CABRITA



**Condições de Ingresso: 9º ano
ensino básico**

**CONFERE EQUIVALÊN-
CIA AO ENSINO SECUN-
DÁRIO E UM CERTIFICA-
DO PROFISSIONAL DE
NÍVEL IV**

Inclui formação em contexto de trabalho nos dois últimos anos de curso.



[http://aeacabrita.sytes.net/
inscricao/inscricoes/registo.php](http://aeacabrita.sytes.net/inscricao/inscricoes/registo.php)

A duração do curso é de 3 anos

PLANO CURRICULAR DO CURSO

		Horas
Formação Sociocultural	Português	320
	Língua Estrangeira I, II ou III	220
	Área de Integração	220
	Educação Física	140
	Tecnologias de Informação e Comunicação	100
Formação Científica	Matemática	200
	Psicologia	100
	Estudo do Movimento	200
Formação Técnica	Introdução ao Desporto	275
	Desportos Coletivos/ Individuais	325
	Desportos de Exploração da Natureza	150
	Exercício e Saúde	350
	Formação em Contexto de Trabalho	600

Perfil Profissional

- Elaborar o plano anual de preparação em colaboração com os técnicos de grau superior responsáveis pela modalidade desportiva.

- Coadjuvar na preparação e organização das sessões de treino.

- Orientar, com supervisão de um técnico de grau superior, as sessões de treino com vista ao aperfeiçoamento dos praticantes na modalidade desportiva, promovendo o cumprimento das regras da modalidade e das regras de disciplinas.

- Organizar a participação e orientar os praticantes em competição, com supervisão de um técnico de grau superior.

- Colaborar na avaliação dos resultados das sessões de treino em função da sua adequação aos objetivos estabelecidos, sob supervisão de um técnico de grau superior.

- P a r t i c i p a r no planeamento e coadjuvar na implementação de atividades, individuais ou de grupo, de melhoria da aptidão física, no âmbito do treino desportivo.

- Participar na conceção e implementação de programas de atividades físicas e desportivas em contexto de animação e de ocupação de tempos livres

- Coadjuvar o técnico superior no aconselhamento aos praticantes na adoção de hábitos saudáveis e de cuidados de higiene na sua vida quotidiana.